

Согласовано  
 Директор  
 МОБУ "Волховская СОШ №5"  
 К.А. Степанова  
 (подпись)



Утверждаю  
 Директор  
 ООО "Перспектива"  
 А.В. Смирнов  
 (подпись)



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**

« 28 » декабря 2022

День 9: Четверг  
 Неделя: Вторая  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,86	12,5	6,4	32,3	243,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,70	2,3	9,1	15,5	157,6
2008		ЯБЛОКО	130	13,00	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			<b>520</b>	<b>33,06</b>	<b>15,3</b>	<b>16,0</b>	<b>70,2</b>	<b>499,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			<b>200</b>	<b>14,80</b>	<b>6,0</b>	<b>5,0</b>	<b>9,4</b>	<b>109,6</b>

<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	17,67	2,1	6,6	28,1	185,2
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	55,22	18,1	17,3	42,2	408,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,05	0,1	0,1	16,7	69,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			<b>730</b>	<b>91,94</b>	<b>23,4</b>	<b>24,5</b>	<b>105,0</b>	<b>754,3</b>
Всего за день:				<b>139,80</b>	<b>44,7</b>	<b>45,5</b>	<b>184,6</b>	<b>363,3</b>
Сбалансированность:				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше								
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,88	15,8	9,7	42,6	329,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,3
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,70	2,3	9,1	15,5	157,6
2008		ЯБЛОКО	110	13,00	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			<b>550</b>	<b>35,08</b>	<b>18,6</b>	<b>19,3</b>	<b>80,5</b>	<b>585,3</b>
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13,86	1,4	0,2	8,3	41,3
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	14,59	5,1	9,4	28,1	223,5
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	55,22	18,1	17,3	42,2	408,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	2,50	0,2	0,2	18,5	78,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,75	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			<b>800</b>	<b>89,92</b>	<b>27,4</b>	<b>27,5</b>	<b>114,1</b>	<b>835,9</b>
Всего за день:				<b>125,00</b>	<b>46,0</b>	<b>46,8</b>	<b>194,6</b>	<b>421,7</b>
Сбалансированность:				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	